

398

ADIÇÃO DE RESISTÊNCIA INSPIRATÓRIA DURANTE O PERÍODO DE RECUPERAÇÃO DO EXERCÍCIO: INFLUÊNCIA SOBRE A CINÉTICA VENTILATÓRIA E DO LACTATO.

Lorena Contreras Mundstock, Lorena Contreras Mundstock, Giovani Cunha, Alvaro Reischak de Oliveira (orient.) (UFRGS).

Os músculos ventilatórios são morfológica e funcionalmente semelhantes aos músculos locomotores. Sua tarefa primária é movimentar a caixa torácica proporcionando deslocamento de gás para dentro e para fora dos pulmões, com o intuito de manter as concentrações dos gases sanguíneos e a homeostase do pH. Objetivo: verificar o desempenho dos músculos inspiratórios durante a recuperação do exercício após a adição da sobrecarga muscular inspiratória em sete atletas praticantes de corrida. Materiais e métodos: Sete indivíduos do sexo masculino treinados em corrida compareceram ao laboratório em três diferentes momentos. Inicialmente, realizaram teste de cargas progressivas em esteira rolante para determinação de consumo máximo de oxigênio (VO_{2max}) e pressão inspiratória máxima (PI_{max}). Em dois dias diferentes, realizaram testes submáximos a uma intensidade cujo valor era a média entre o 2º limiar e o VO_{2max} até a exaustão seguido de recuperação passiva durante 15 minutos com e sem sobrecarga inspiratória, que foram realizadas de forma aleatória e em dias diferentes. A sobrecarga aplicada correspondia a 10% da Pressão Inspiratória máxima de cada indivíduo, e foi realizada através da conexão do dispositivo “Threshold” ao pneumotacógrafo. Os valores do lactato e cardiorrespiratórios foram mensurados durante a recuperação em seis momentos: 0, 3, 5, 7, 10 e 15 minutos. Utilizou-se ANOVA para medidas repetidas e índice de significância $p < 0,05$. Resultados: Não houve significância ao se comparar a carga inspiratória com a situação sem carga durante a recuperação com relação ao lactato. O efeito da sobrecarga foi significativo somente para a variável tempo expiratório (TE). Conclusão: a sobrecarga não exerceu nenhuma influência sobre a recuperação do lactato nem sobre as variáveis cardiorrespiratórias, com exceção do tempo expiratório.